

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2025-09-22</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
płatki jęczmieńne na mleku 300ml (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), szynka piastowska 50g(8), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	Grochowa z ziem. 350ml (1,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Salata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 15g*(2), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2599.69 kcal; Białko ogółem: 113.81 g; Tłuszcz: 65.28 g; Węglowodany ogółem: 402.44 g; Sól: 2.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.80 g; suma cukrów prostych: 107.04 g; Błonnik pokarmowy: 32.60 g;

<b>poniedziałek 2025-09-22</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
płatki jęczmieńne na mleku 300ml (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Salata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2397.95 kcal; Białko ogółem: 92.81 g; Tłuszcz: 56.45 g; Węglowodany ogółem: 388.88 g; Sól: 1.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.41 g; suma cukrów prostych: 108.27 g; Błonnik pokarmowy: 26.57 g;

<b>poniedziałek 2025-09-22</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, twarożek 70g (2), płatki jęczmieńne na mleku 300ml (1,2), roszonek 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2466.55 kcal; Białko ogółem: 106.67 g; Tłuszcz: 56.80 g; Węglowodany ogółem: 391.33 g; Sól: 2.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.60 g; suma cukrów prostych: 110.44 g; Błonnik pokarmowy: 26.57 g;

<b>poniedziałek 2025-09-22</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), pomidor 100g, płatki jęczmieńne na mleku 300ml (1,2), roszonek 5g ,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2447.97 kcal; Białko ogółem: 91.45 g; Tłuszcz: 70.24 g; Węglowodany ogółem: 373.79 g; Sól: 2.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.61 g; suma cukrów prostych: 102.85 g; Błonnik pokarmowy: 30.27 g;

<b>poniedziałek 2025-09-22</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), rzodkiewka 100g, płatki jęczmieńne na mleku 300ml (1,2), roszonek 5g ,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2479.13 kcal; Białko ogółem: 92.04 g; Tłuszcz: 71.71 g; Węglowodany ogółem: 378.60 g; Sól: 2.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.55 g; suma cukrów prostych: 102.14 g; Błonnik pokarmowy: 32.04 g;

<b>poniedziałek 2025-09-22</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, twarożek 70g (2), płatki jęczmieńne na mleku 300ml (1,2), roszonek 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Salata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2466.55 kcal; Białko ogółem: 106.67 g; Tłuszcz: 56.80 g; Węglowodany ogółem: 391.33 g; Sól: 2.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.60 g; suma cukrów prostych: 110.44 g; Błonnik pokarmowy: 26.57 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-09-22		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV
Platki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3), Herbata z cukrem 250ml*,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2319.83 kcal; Białko ogółem: 98.17 g; Tłuszcz: 80.74 g; Węglowodany ogółem: 306.59 g; Sól: 1.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.50 g; suma cukrów prostych: 85.03 g; Błonnik pokarmowy: 31.49 g;

poniedziałek 2025-09-22		Jadłospis dla diety: Płynna XIII
Herbata z cukrem 250ml*, Platki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1873.18 kcal; Białko ogółem: 71.97 g; Tłuszcz: 83.11 g; Węglowodany ogółem: 200.27 g; Sól: 1.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.90 g; suma cukrów prostych: 105.90 g; Błonnik pokarmowy: 21.41 g;

poniedziałek 2025-09-22		Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), płatki jęczmienne na mleku 300ml (1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*, roszponka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,8,11,13),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2753.07 kcal; Białko ogółem: 96.66 g; Tłuszcz: 69.62 g; Węglowodany ogółem: 445.79 g; Sól: 2.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.30 g; suma cukrów prostych: 108.09 g; Błonnik pokarmowy: 38.05 g;

poniedziałek 2025-09-22		Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI
Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sałata 10g, jabłko deserowe 1 szt. ,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g*(2),	<b>Podwieczorek:</b> podplomyki b/c 2szt.15g (1),	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2098.55 kcal; Białko ogółem: 102.25 g; Tłuszcz: 58.63 g; Węglowodany ogółem: 297.18 g; Sól: 1.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.67 g; suma cukrów prostych: 42.99 g; Błonnik pokarmowy: 27.89 g;

poniedziałek 2025-09-22		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V
herbata bez cukru 250ml, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), płatki jęczmienne na mleku 300ml (1,2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata 10g,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , rukola 5g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2372.50 kcal; Białko ogółem: 100.99 g; Tłuszcz: 58.62 g; Węglowodany ogółem: 367.75 g; Sól: 1.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.84 g; suma cukrów prostych: 93.71 g; Błonnik pokarmowy: 31.45 g;

poniedziałek 2025-09-22		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g ,	ziemniaczana b/mł.350ml.(2,8,13), Ryż z jabłkami 350g.* , Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2078.15 kcal; Białko ogółem: 59.23 g; Tłuszcz: 52.56 g; Węglowodany ogółem: 345.81 g; Sól: 1.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.87 g; suma cukrów prostych: 118.34 g; Błonnik pokarmowy: 23.85 g;

poniedziałek 2025-09-22		Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , dżem 50g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszponka 5g , rzodkiewka talarki 100g,	Ziemniaczana b/ml.350ml.(1,8,13), Ryż z jabłkami 350g.* , Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 60g , pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2086.25 kcal; Białko ogółem: 54.08 g; Tłuszcz: 26.90 g; Węglowodany ogółem: 411.78 g; Sól: 2.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 9.74 g; suma cukrów prostych: 120.89 g; Błonnik pokarmowy: 29.88 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-09-22		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, płatki jęczmienne na mleku 300ml (1,2), rozszponka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2280.55 kcal; Białko ogółem: 92.66 g; Tłuszcz: 43.57 g; Węglowodany ogółem: 388.64 g; Sól: 2.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.25 g; suma cukrów prostych: 108.06 g; Błonnik pokarmowy: 26.57 g;

poniedziałek 2025-09-22		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), płatki jęczmienne na mleku 300ml (1,2), rozszponka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Salata 10g,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), pomidor 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2685.55 kcal; Białko ogółem: 125.13 g; Tłuszcz: 68.85 g; Węglowodany ogółem: 394.63 g; Sól: 2.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.99 g; suma cukrów prostych: 116.15 g; Błonnik pokarmowy: 25.80 g;

poniedziałek 2025-09-22		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), margaryna roślinna lactima 10g , szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, Herbata bez cukru 250g, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), kajzerka 50g (1), płatki jęczmienne na mleku 300ml (1,2), rozszponka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata 10g, jabłko deserowe 1 szt. ,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, ogórek zielony talarki 100g, Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g,
II Śniadanie: Kefir 150g*(2),	Podwieczorek: podpiomyki b/c 2szt.15g (1),	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2239.50 kcal; Białko ogółem: 111.17 g; Tłuszcz: 51.05 g; Węglowodany ogółem: 339.07 g; Sól: 2.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.89 g; suma cukrów prostych: 78.04 g; Błonnik pokarmowy: 23.77 g;

poniedziałek 2025-09-22		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rzodkiewka 100g, twarożek 70g (2), płatki jęczmienne na mleku 300ml (1,2), Ser żółty 50g(2), rozszponka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Salata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), miód 2szt. (50g), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3053.55 kcal; Białko ogółem: 132.47 g; Tłuszcz: 89.00 g; Węglowodany ogółem: 427.98 g; Sól: 2.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.55 g; suma cukrów prostych: 146.19 g; Błonnik pokarmowy: 25.37 g;

poniedziałek 2025-09-22		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, płatki jęczmienne na mleku 300ml (1,2), rozszponka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g 3 kromki , Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2283.55 kcal; Białko ogółem: 88.63 g; Tłuszcz: 55.37 g; Węglowodany ogółem: 366.08 g; Sól: 1.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.94 g; suma cukrów prostych: 107.79 g; Błonnik pokarmowy: 25.99 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2025-09-23</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Masło 20g* (2), ogórek konserwowy 100g*, roszonek 5g	Krupnik 350ml(1,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), ziemniaki 200g*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), papryka św. 100g , rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2290.54 kcal; Białko ogółem: 100.60 g; Tłuszcz: 64.90 g; Węglowodany ogółem: 329.81 g; Sól: 3.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.62 g; suma cukrów prostych: 75.25 g; Błonnik pokarmowy: 25.24 g;

<b>wtorek 2025-09-23</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,	Krupnik 350ml(1,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2237.57 kcal; Białko ogółem: 107.60 g; Tłuszcz: 56.17 g; Węglowodany ogółem: 333.63 g; Sól: 2.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.68 g; suma cukrów prostych: 74.99 g; Błonnik pokarmowy: 25.21 g;

<b>wtorek 2025-09-23</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g ,	Krupnik 350ml(1,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), ziemniaki b/soli 200g m, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2205.27 kcal; Białko ogółem: 108.39 g; Tłuszcz: 62.20 g; Węglowodany ogółem: 310.46 g; Sól: 2.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.48 g; suma cukrów prostych: 77.01 g; Błonnik pokarmowy: 23.29 g;

<b>wtorek 2025-09-23</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2292.17 kcal; Białko ogółem: 102.60 g; Tłuszcz: 67.75 g; Węglowodany ogółem: 326.39 g; Sól: 2.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.62 g; suma cukrów prostych: 72.55 g; Błonnik pokarmowy: 24.56 g;

<b>wtorek 2025-09-23</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,	Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2323.33 kcal; Białko ogółem: 103.19 g; Tłuszcz: 69.22 g; Węglowodany ogółem: 331.20 g; Sól: 2.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.56 g; suma cukrów prostych: 71.84 g; Błonnik pokarmowy: 26.33 g;

<b>wtorek 2025-09-23</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), serek homog.naturalny 70g. (2), roszonek 5g ,	Krupnik 350ml(1,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g, serek homog.naturalny 70g. (2),
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2464.37 kcal; Białko ogółem: 125.38 g; Tłuszcz: 71.57 g; Węglowodany ogółem: 337.83 g; Sól: 2.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.83 g; suma cukrów prostych: 77.79 g; Błonnik pokarmowy: 25.21 g;

<b>wtorek 2025-09-23</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml.jajko,masło 350ml,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, buraczki gotowane 120g (1,2), ziemniaki 250g, masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, ziemniaki 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Masło 10g(2), Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13),

## Jadłospisy dla oddziałów

		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*,
--	--	--

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2516.54 kcal; Białko ogółem: 95.16 g; Tłuszcz: 98.48 g; Węglowodany ogółem: 319.67 g; Sól: 1.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.50 g; suma cukrów prostych: 83.95 g; Błonnik pokarmowy: 25.49 g;

wtorek 2025-09-23 <b>Jadłospis dla diety: Płynna XIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Woda mineralna 500ml*,
		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1840.37 kcal; Białko ogółem: 74.63 g; Tłuszcz: 62.99 g; Węglowodany ogółem: 245.87 g; Sól: 1.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.24 g; suma cukrów prostych: 90.35 g; Błonnik pokarmowy: 15.59 g;

wtorek 2025-09-23 <b>Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), mus warzywno-owocowy 100g, twaróg krajanka 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2586.06 kcal; Białko ogółem: 96.16 g; Tłuszcz: 78.05 g; Węglowodany ogółem: 379.80 g; Sól: 2.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.32 g; suma cukrów prostych: 115.81 g; Błonnik pokarmowy: 28.34 g;

wtorek 2025-09-23 <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI</b>		
Herbata b/c 250 g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), ogórek konserwowy 100g*, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), roszponka 5g ,	Krupnik 350ml(1,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), ziemniaki 200g*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, śliwka 2szt.,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: sok warzywny 150ml ,	<b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2035.94 kcal; Białko ogółem: 89.50 g; Tłuszcz: 59.17 g; Węglowodany ogółem: 284.87 g; Sól: 3.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.66 g; suma cukrów prostych: 56.76 g; Błonnik pokarmowy: 34.98 g;

wtorek 2025-09-23 <b>Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g ,	Krupnik 350ml(1,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), Ziemniaki 200g*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2119.54 kcal; Białko ogółem: 102.92 g; Tłuszcz: 56.89 g; Węglowodany ogółem: 308.46 g; Sól: 2.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.78 g; suma cukrów prostych: 71.51 g; Błonnik pokarmowy: 28.37 g;

wtorek 2025-09-23 <b>Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL</b>		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g ,	ziemniaczana b/maki 350ml(2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane b/maki 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g,	Masło 20g* (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2319.93 kcal; Białko ogółem: 115.49 g; Tłuszcz: 75.71 g; Węglowodany ogółem: 300.84 g; Sól: 4.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.40 g; suma cukrów prostych: 88.27 g; Błonnik pokarmowy: 25.83 g;

wtorek 2025-09-23 <b>Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , pomidor 100g, miód 2szt. (50g), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszponka 5g ,	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2370.02 kcal; Białko ogółem: 80.60 g; Tłuszcz: 36.75 g; Węglowodany ogółem: 431.86 g; Sól: 2.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.46 g; suma cukrów prostych: 107.00 g; Błonnik pokarmowy: 36.00 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-09-23		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g, pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroz. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2120.17 kcal; Białko ogółem: 107.46 g; Tłuszcz: 43.29 g; Węglowodany ogółem: 333.38 g; Sól: 2.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.53 g; suma cukrów prostych: 74.78 g; Błonnik pokarmowy: 25.21 g;

wtorek 2025-09-23		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Ryż z jabłkami 350g*, Kompot z owoców mroz. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2272.36 kcal; Białko ogółem: 83.83 g; Tłuszcz: 59.04 g; Węglowodany ogółem: 357.19 g; Sól: 2.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.89 g; suma cukrów prostych: 90.03 g; Błonnik pokarmowy: 23.98 g;

wtorek 2025-09-23		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata b/c 250 g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), margaryna roślinna lactima 10g, ogórek konserwowy 100g*, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), roszponka 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), ziemniaki 200g*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, śliwka 2szt.,	Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> sok warzywny 150ml,	<b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1918.54 kcal; Białko ogółem: 89.35 g; Tłuszcz: 46.30 g; Węglowodany ogółem: 284.63 g; Sól: 3.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.51 g; suma cukrów prostych: 56.55 g; Błonnik pokarmowy: 34.98 g;

wtorek 2025-09-23		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), roszponka 5g, ser żółty 60g (2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroz. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g, serek homog.naturalny 70g. (2), ser topiony 3 x 17g-51g. (2),
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2871.37 kcal; Białko ogółem: 150.02 g; Tłuszcz: 110.07 g; Węglowodany ogółem: 316.41 g; Sól: 3.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 52.12 g; suma cukrów prostych: 77.83 g; Błonnik pokarmowy: 24.63 g;

wtorek 2025-09-23		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), miód 1 szt.(25g), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroz. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2312.67 kcal; Białko ogółem: 107.51 g; Tłuszcz: 57.15 g; Węglowodany ogółem: 348.87 g; Sól: 2.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.61 g; suma cukrów prostych: 92.40 g; Błonnik pokarmowy: 22.71 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2025-09-24</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 20g* (2), Sałatka z ogórka, sałaty zielonej i nasionami słonecznika 100g*,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Łazanki z kapustą kisz i mięsem 350g (1,3,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałatka 10g,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, Masło 15g*(2), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> gruszka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2619.74 kcal; Białko ogółem: 105.58 g; Tłuszcz: 84.00 g; Węglowodany ogółem: 368.88 g; Sól: 4.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.04 g; suma cukrów prostych: 87.60 g; Błonnik pokarmowy: 31.42 g;

<b>środa 2025-09-24</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z rzodkiewką z koperkiem 170g (2)*, Masło 15g*(2), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2522.37 kcal; Białko ogółem: 103.16 g; Tłuszcz: 77.95 g; Węglowodany ogółem: 360.28 g; Sól: 2.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.67 g; suma cukrów prostych: 81.19 g; Błonnik pokarmowy: 32.27 g;

<b>środa 2025-09-24</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*,	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z rzodkiewką z koperkiem 170g (2)*, Masło 15g*(2), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2345.57 kcal; Białko ogółem: 104.59 g; Tłuszcz: 65.43 g; Węglowodany ogółem: 339.67 g; Sól: 3.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.96 g; suma cukrów prostych: 80.09 g; Błonnik pokarmowy: 29.41 g;

<b>środa 2025-09-24</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 20g* (2), pomidor 100g, rozszponka 5g,	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z rzodkiewką z koperkiem 170g (2)*, Masło 15g*(2), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2146.57 kcal; Białko ogółem: 101.42 g; Tłuszcz: 45.65 g; Węglowodany ogółem: 337.57 g; Sól: 3.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.17 g; suma cukrów prostych: 79.53 g; Błonnik pokarmowy: 29.20 g;

<b>środa 2025-09-24</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*,	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z rzodkiewką z koperkiem 170g (2)*, Masło 15g*(2), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2345.57 kcal; Białko ogółem: 104.59 g; Tłuszcz: 65.43 g; Węglowodany ogółem: 339.67 g; Sól: 3.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.96 g; suma cukrów prostych: 80.09 g; Błonnik pokarmowy: 29.41 g;

<b>środa 2025-09-24</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Potrawka drobiowa 160g (1,2,13), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z rzodkiewką z koperkiem 170g (2)*, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2418.37 kcal; Białko ogółem: 118.02 g; Tłuszcz: 85.03 g; Węglowodany ogółem: 300.88 g; Sól: 2.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.08 g; suma cukrów prostych: 81.69 g; Błonnik pokarmowy: 27.47 g;

<b>środa 2025-09-24</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
---	--	--

## Jadłospisy dla oddziałów

Ryż na ml, jajo,masło 350ml, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Masło 5g(2), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g*, Masło 5g(2),
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2281.13 kcal; Białko ogółem: 94.91 g; Tłuszcz: 71.71 g; Węglowodany ogółem: 317.92 g; Sól: 1.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.37 g; suma cukrów prostych: 90.56 g; Błonnik pokarmowy: 26.11 g;

środa 2025-09-24 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2202.90 kcal; Białko ogółem: 84.91 g; Tłuszcz: 79.23 g; Węglowodany ogółem: 281.58 g; Sól: 1.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.25 g; suma cukrów prostych: 109.11 g; Błonnik pokarmowy: 18.81 g;

środa 2025-09-24 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, mus warzywno-owocowy 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2),
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskwopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2186.50 kcal; Białko ogółem: 98.18 g; Tłuszcz: 66.88 g; Węglowodany ogółem: 298.63 g; Sól: 2.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.54 g; suma cukrów prostych: 86.94 g; Błonnik pokarmowy: 26.97 g;

środa 2025-09-24 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 20g* (2), Sałatka z ogórka, sałaty zielonej i nasionami słonecznika 100g*,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), brokuły z wody 120 g, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, pomarańcza 1 szt, ziemniaki 200g*,	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Herbata bez cukru 250g, Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, Masło 15g*(2), rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> kisiel b/c 250g,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2545.16 kcal; Białko ogółem: 108.40 g; Tłuszcz: 86.55 g; Węglowodany ogółem: 340.35 g; Sól: 2.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.13 g; suma cukrów prostych: 63.89 g; Błonnik pokarmowy: 39.31 g;

środa 2025-09-24 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Ryż na mleku 350 ml*(2), herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 90g(1) 3 kromki , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem,salaatą zieloną i pestkami dyni 100g*,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, potrawka drobiowa 150g (1,2,13),	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z rzodkiewką z koperkiem 170g (2)*, Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2676.17 kcal; Białko ogółem: 109.10 g; Tłuszcz: 78.81 g; Węglowodany ogółem: 396.34 g; Sól: 2.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.31 g; suma cukrów prostych: 82.33 g; Błonnik pokarmowy: 44.29 g;

środa 2025-09-24 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem,salaatą zieloną i pestkami dyni 100g*,	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z rzodkiewką z koperkiem 170g (2)*, Masło 15g*(2), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> wafle ryżowe 60g(8), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2054.27 kcal; Białko ogółem: 89.02 g; Tłuszcz: 64.03 g; Węglowodany ogółem: 286.59 g; Sól: 4.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.70 g; suma cukrów prostych: 81.14 g; Błonnik pokarmowy: 25.79 g;

środa 2025-09-24 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , Sałatka z pomidorem,salaatą zieloną i pestkami dyni 100g*, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	barszcz czerwony z ziemniakami 350ml b/ml (1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, ziemniaki 200g*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , miód 1 szt.(25g), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2352.04 kcal; Białko ogółem: 80.13 g; Tłuszcz: 66.21 g; Węglowodany ogółem: 361.96 g; Sól: 3.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.55 g; suma cukrów prostych: 102.74 g; Błonnik pokarmowy: 34.27 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-09-24		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Potrawka drobiowa 160g (1,2,13), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2187.57 kcal; Białko ogółem: 108.99 g; Tłuszcz: 64.45 g; Węglowodany ogółem: 298.53 g; Sól: 2.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.35 g; suma cukrów prostych: 80.08 g; Błonnik pokarmowy: 27.47 g;

środa 2025-09-24		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Pasta z soczewicy z suszonymi pomidorami 60g, Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Jajko sadzone 1szt*(3),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2553.29 kcal; Białko ogółem: 92.26 g; Tłuszcz: 79.38 g; Węglowodany ogółem: 371.46 g; Sól: 2.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.41 g; suma cukrów prostych: 80.04 g; Błonnik pokarmowy: 33.75 g;

środa 2025-09-24		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g, Sałatka z ogórka, sałaty zielonej i nasionami słonecznika 100g*, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, herbata z cukrem 250ml*, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, brokuły z wody 120 g, pomarańcza 1 szt, ziemniaki 200g,	Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g, Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2424.11 kcal; Białko ogółem: 107.68 g; Tłuszcz: 74.49 g; Węglowodany ogółem: 333.45 g; Sól: 2.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.08 g; suma cukrów prostych: 71.60 g; Błonnik pokarmowy: 30.35 g;

środa 2025-09-24		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Potrawka drobiowa 160g (1,2,13), brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ser żółty 60g (2), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, rukola 5g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3000.37 kcal; Białko ogółem: 162.93 g; Tłuszcz: 118.93 g; Węglowodany ogółem: 314.19 g; Sól: 3.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 53.73 g; suma cukrów prostych: 93.50 g; Błonnik pokarmowy: 27.47 g;

środa 2025-09-24		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*,	Potrawka drobiowa 160g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2387.97 kcal; Białko ogółem: 108.13 g; Tłuszcz: 84.63 g; Węglowodany ogółem: 298.53 g; Sól: 2.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.41 g; suma cukrów prostych: 80.04 g; Błonnik pokarmowy: 27.47 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2025-09-25</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), papryka św. 100g, mix салат 5g*.	Szpinakowa z zacierka 350ml(1,2,3,8,13), Kotlet schabowy - 100g (1,2,3), Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*.	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, szynka piastowska 50g(8), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biskvity bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2889.87 kcal; Białko ogółem: 107.94 g; Tłuszcz: 95.27 g; Węglowodany ogółem: 412.84 g; Sól: 3.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.54 g; suma cukrów prostych: 123.94 g; Błonnik pokarmowy: 32.46 g;

<b>czwartek 2025-09-25</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), mix салат 5g*.	Szpinakowa z zacierka 350ml(1,2,3,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biskvity bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2526.40 kcal; Białko ogółem: 106.61 g; Tłuszcz: 66.33 g; Węglowodany ogółem: 389.23 g; Sól: 2.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.28 g; suma cukrów prostych: 119.81 g; Błonnik pokarmowy: 33.97 g;

<b>czwartek 2025-09-25</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), mix салат 5g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z zacierka 350ml(1,2,3,8,13), schab gotowany 80g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), ziemniaki b/soli 200g m, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biskvity bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2651.60 kcal; Białko ogółem: 127.80 g; Tłuszcz: 78.79 g; Węglowodany ogółem: 370.19 g; Sól: 2.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.02 g; suma cukrów prostych: 124.03 g; Błonnik pokarmowy: 32.05 g;

<b>czwartek 2025-09-25</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), mix салат 5g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biskvity bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2790.55 kcal; Białko ogółem: 116.15 g; Tłuszcz: 87.49 g; Węglowodany ogółem: 397.64 g; Sól: 2.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.75 g; suma cukrów prostych: 124.08 g; Błonnik pokarmowy: 33.18 g;

<b>czwartek 2025-09-25</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), mix салат 5g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 50g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biskvity bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2780.55 kcal; Białko ogółem: 115.75 g; Tłuszcz: 87.39 g; Węglowodany ogółem: 395.74 g; Sól: 2.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.72 g; suma cukrów prostych: 122.18 g; Błonnik pokarmowy: 33.23 g;

<b>czwartek 2025-09-25</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), mix салат 5g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z zacierka 350ml(1,2,3,8,13), schab gotowany 80g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biskvity bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2708.40 kcal; Białko ogółem: 129.36 g; Tłuszcz: 74.38 g; Węglowodany ogółem: 393.78 g; Sól: 2.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.06 g; suma cukrów prostych: 123.38 g; Błonnik pokarmowy: 33.97 g;

<b>czwartek 2025-09-25</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
--	--	--

## Jadłospisy dla oddziałów

Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Szpinakowa z zacierka350ml(1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, Marchew gotowana 150g*(1,2), Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryżowa 350ml(8,13), brokuly z wody 120 g, masło 10g - 1 szt. (2), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2183.06 kcal; Białko ogółem: 111.04 g; Tłuszcz: 93.00 g; Węglowodany ogółem: 230.32 g; Sól: 1.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.15 g; suma cukrów prostych: 87.98 g; Błonnik pokarmowy: 20.24 g;

czwartek 2025-09-25 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Szpinakowa z zacierka350ml(1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Masło 10g(2), Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmieńne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),
		<b>Posiłek nocny:</b> serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2043.00 kcal; Białko ogółem: 97.33 g; Tłuszcz: 94.37 g; Węglowodany ogółem: 197.31 g; Sól: 1.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.74 g; suma cukrów prostych: 113.21 g; Błonnik pokarmowy: 13.96 g;

czwartek 2025-09-25 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Mus warzywno-owocowy 100g*, Herbata z cukrem 250ml*,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2558.50 kcal; Białko ogółem: 99.68 g; Tłuszcz: 71.06 g; Węglowodany ogółem: 390.42 g; Sól: 2.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.41 g; suma cukrów prostych: 126.45 g; Błonnik pokarmowy: 34.36 g;

czwartek 2025-09-25 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata ekspresowa b/c 250ml*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Paszтет z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), papryka św. 100g , mix sałat 5g*, <b>II Śniadanie:</b> maślanka 150 ml (2),	Szpinakowa z zacierka350ml(1,2,3,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt., Sos koperkowy 100g (1,2), <b>Podwieczorek:</b> podpiomyki b/c 2szt.15g (1),	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Herbata bez cukru 250g, szynka piastowska 50g(8), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g, <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2240.27 kcal; Białko ogółem: 90.76 g; Tłuszcz: 73.97 g; Węglowodany ogółem: 317.67 g; Sól: 2.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.31 g; suma cukrów prostych: 54.71 g; Błonnik pokarmowy: 36.30 g;

czwartek 2025-09-25 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, mix sałat 5g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z zacierka350ml(1,2,3,8,13), schab gotowany 80g, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Ziemniaki 200 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2), <b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, rukola 5g, <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2413.17 kcal; Białko ogółem: 101.11 g; Tłuszcz: 69.43 g; Węglowodany ogółem: 357.79 g; Sól: 4.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.80 g; suma cukrów prostych: 120.09 g; Błonnik pokarmowy: 31.23 g;

czwartek 2025-09-25 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, mix sałat 5g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), <b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	Masło 20g* (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2),., rukola 5g, <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2284.20 kcal; Białko ogółem: 99.53 g; Tłuszcz: 65.88 g; Węglowodany ogółem: 335.63 g; Sól: 2.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.89 g; suma cukrów prostych: 117.80 g; Błonnik pokarmowy: 27.58 g;

czwartek 2025-09-25 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna rama 20g 2szt., pomidor 100g, szynka na kartki 50g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), mix sałat 5g*,	Ziemniaczana b/ml.350ml.(1,8,13), schab gotowany 80g, ziemniaki 250g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, <b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, rukola 5g, <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2214.60 kcal; Białko ogółem: 78.11 g; Tłuszcz: 35.60 g; Węglowodany ogółem: 385.13 g; Sól: 2.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 10.68 g; suma cukrów prostych: 96.48 g; Błonnik pokarmowy: 34.25 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-09-25		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), mix salat 5g*	Szpinakowa z zacierka 350ml(1,2,3,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2354.60 kcal; Białko ogółem: 106.37 g; Tłuszcz: 47.46 g; Węglowodany ogółem: 388.98 g; Sól: 2.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.99 g; suma cukrów prostych: 119.60 g; Błonnik pokarmowy: 33.97 g;

czwartek 2025-09-25		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), mix salat 5g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z zacierka 350ml(1,2,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Jajko sadzone 1szt*(3),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2702.10 kcal; Białko ogółem: 108.23 g; Tłuszcz: 80.44 g; Węglowodany ogółem: 388.26 g; Sól: 3.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.75 g; suma cukrów prostych: 121.54 g; Błonnik pokarmowy: 33.53 g;

czwartek 2025-09-25		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), mix salat 5g*, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), papryka św. 100g ,	Szpinakowa z zacierka 350ml(1,2,3,8,13), schab gotowany 80g, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, gruszka 1 szt., Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> maślanka 150 ml (2),	<b>Podwieczorek:</b> podpiomyki b/c 2szt.15g (1),	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2338.97 kcal; Białko ogółem: 100.42 g; Tłuszcz: 59.60 g; Węglowodany ogółem: 363.28 g; Sól: 2.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.07 g; suma cukrów prostych: 98.52 g; Błonnik pokarmowy: 31.24 g;

czwartek 2025-09-25		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), mix salat 5g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), ser żółty 60g (2),	Szpinakowa z zacierka 350ml(1,2,3,8,13), schab gotowany 80g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3411.00 kcal; Białko ogółem: 169.42 g; Tłuszcz: 107.13 g; Węglowodany ogółem: 444.04 g; Sól: 3.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 53.31 g; suma cukrów prostych: 134.66 g; Błonnik pokarmowy: 35.48 g;

czwartek 2025-09-25		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), mix salat 5g*,	Szpinakowa z zacierka 350ml(1,2,3,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2526.40 kcal; Białko ogółem: 106.61 g; Tłuszcz: 66.33 g; Węglowodany ogółem: 389.23 g; Sól: 2.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.28 g; suma cukrów prostych: 119.81 g; Błonnik pokarmowy: 33.97 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2025-09-26</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), ser żółty 60g (2), Masło 20g*(2), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny smaż. 100g (1,3,4,13,8), Ziemniaki 200g*, Surówka z kapusty kisz 120g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> śliwka 2szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2862.39 kcal; Białko ogółem: 115.23 g; Tłuszcz: 105.24 g; Węglowodany ogółem: 373.30 g; Sól: 4.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.97 g; suma cukrów prostych: 94.54 g; Błonnik pokarmowy: 29.40 g;

<b>piątek 2025-09-26</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 40g (2), Masło 20g*(2), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki 200g , bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2485.92 kcal; Białko ogółem: 104.81 g; Tłuszcz: 64.33 g; Węglowodany ogółem: 381.54 g; Sól: 2.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.65 g; suma cukrów prostych: 131.52 g; Błonnik pokarmowy: 29.01 g;

<b>piątek 2025-09-26</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g*(2), jabłko deserowe 1 szt. , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 40g (2), dżem 50g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki b/soli 200g m, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2567.22 kcal; Białko ogółem: 105.61 g; Tłuszcz: 72.46 g; Węglowodany ogółem: 377.37 g; Sól: 2.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.89 g; suma cukrów prostych: 132.44 g; Błonnik pokarmowy: 28.69 g;

<b>piątek 2025-09-26</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g*(2), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 70g (2), rozszponka 5g ,	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2386.58 kcal; Białko ogółem: 96.84 g; Tłuszcz: 64.27 g; Węglowodany ogółem: 364.29 g; Sól: 2.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.20 g; suma cukrów prostych: 95.49 g; Błonnik pokarmowy: 27.35 g;

<b>piątek 2025-09-26</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g*(2), jabłko deserowe 1 szt. , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 40g (2), dżem 50g,	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2515.82 kcal; Białko ogółem: 88.36 g; Tłuszcz: 71.38 g; Węglowodany ogółem: 384.81 g; Sól: 2.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.76 g; suma cukrów prostych: 110.40 g; Błonnik pokarmowy: 29.51 g;

<b>piątek 2025-09-26</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g*(2), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 70g (2), rozszponka 5g , Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, pomidor 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2603.32 kcal; Białko ogółem: 119.80 g; Tłuszcz: 73.78 g; Węglowodany ogółem: 368.64 g; Sól: 2.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.73 g; suma cukrów prostych: 102.00 g; Błonnik pokarmowy: 28.41 g;

<b>piątek 2025-09-26</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
kakao 250ml (1,2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), ziemniaki 250g, bukiet warzyw dieta 120g, Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), brokuty z wody 150g, ziemniaki 250g,

## Jadłospisy dla oddziałów

		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),
--	--	---

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1943.11 kcal; Białko ogółem: 81.78 g; Tłuszcz: 53.25 g; Węglowodany ogółem: 296.19 g; Sól: 1.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.24 g; suma cukrów prostych: 76.38 g; Błonnik pokarmowy: 24.25 g;

piątek 2025-09-26 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
kakao 250ml (1,2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, bukiet warzyw dieta 120g, Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1906.73 kcal; Białko ogółem: 81.27 g; Tłuszcz: 72.02 g; Węglowodany ogółem: 234.98 g; Sól: 1.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.31 g; suma cukrów prostych: 88.26 g; Błonnik pokarmowy: 14.42 g;

piątek 2025-09-26 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*, twaróg krajanka 40g (2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroz. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2394.30 kcal; Białko ogółem: 90.66 g; Tłuszcz: 78.64 g; Węglowodany ogółem: 334.31 g; Sól: 2.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.50 g; suma cukrów prostych: 82.98 g; Błonnik pokarmowy: 24.23 g;

piątek 2025-09-26 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kakao bez cukru 250ml (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 20g* (2), Salatkę z białej rzodkwi z rozspanką i czarnuszką 100g*,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Surówka z kapusty kisz 120g*, Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, sliwka 2szt., Sos pietruszkowy 100g (1,2),	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Herbata bez cukru 250g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> sok warzywny 150ml ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2395.58 kcal; Białko ogółem: 109.00 g; Tłuszcz: 78.54 g; Węglowodany ogółem: 316.40 g; Sól: 2.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.76 g; suma cukrów prostych: 55.99 g; Błonnik pokarmowy: 36.57 g;

piątek 2025-09-26 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kakao 250ml (1,2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), jabłko deserowe 1 szt. , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 40g (2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroz. 250ml*, groszek zielony 120g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), papryka świeża 30g.,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2782.92 kcal; Białko ogółem: 117.47 g; Tłuszcz: 72.92 g; Węglowodany ogółem: 424.84 g; Sól: 2.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.41 g; suma cukrów prostych: 112.12 g; Błonnik pokarmowy: 43.46 g;

piątek 2025-09-26 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), jabłko deserowe 1 szt. , Ryż na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 40g (2), dżem 50g,	ziemniaczana b-mąki 350ml (2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1901.60 kcal; Białko ogółem: 70.97 g; Tłuszcz: 53.21 g; Węglowodany ogółem: 290.45 g; Sól: 2.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.72 g; suma cukrów prostych: 115.76 g; Błonnik pokarmowy: 23.24 g;

piątek 2025-09-26 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna rama 20g 2szt., jabłko deserowe 1 szt. , Kleik z kaszy manny 500ml*(1), dżem 50g,	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, schab na kartki 50g*, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2068.40 kcal; Białko ogółem: 71.89 g; Tłuszcz: 30.19 g; Węglowodany ogółem: 387.58 g; Sól: 2.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 8.42 g; suma cukrów prostych: 102.60 g; Błonnik pokarmowy: 37.85 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-09-26		Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., jabłko deserowe 1 szt., Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 40g (2), dżem 50g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2349.62 kcal; Białko ogółem: 99.97 g; Tłuszcz: 43.61 g; Węglowodany ogółem: 400.14 g; Sól: 2.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.36 g; suma cukrów prostych: 131.61 g; Błonnik pokarmowy: 30.61 g;

piątek 2025-09-26		Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), jabłko deserowe 1 szt. , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 40g (2), dżem 50g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2661.42 kcal; Białko ogółem: 107.21 g; Tłuszcz: 72.18 g; Węglowodany ogółem: 400.99 g; Sól: 2.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.66 g; suma cukrów prostych: 131.82 g; Błonnik pokarmowy: 30.61 g;

piątek 2025-09-26		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g , twaróg krajanka 70g (2), Salátka z białej rzodkwi z rozspanką i czarnuszką 100g*, kakao 250ml (1,2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Surówka z kapusty kisz 120g*, Ziemniaki 200g*, śliwka 2szt., Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , ogórek zielony talarki 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> sok warzywny 150ml ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2536.19 kcal; Białko ogółem: 120.23 g; Tłuszcz: 72.84 g; Węglowodany ogółem: 349.43 g; Sól: 3.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.15 g; suma cukrów prostych: 84.14 g; Błonnik pokarmowy: 28.91 g;

piątek 2025-09-26		Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), jabłko deserowe 1 szt. , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 70g (2), dżem 50g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), bukiet warzyw dieta 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), parówki 2szt 120g(1,2,8,11,13), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3245.82 kcal; Białko ogółem: 131.98 g; Tłuszcz: 122.65 g; Węglowodany ogółem: 403.14 g; Sól: 5.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 54.20 g; suma cukrów prostych: 132.82 g; Błonnik pokarmowy: 30.73 g;

piątek 2025-09-26		Jadłospis dla diety: Dziecięca XX
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), jabłko deserowe 1 szt. , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 40g (2), dżem 50g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), bukiet warzyw dieta 120g,	Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2572.92 kcal; Białko ogółem: 106.71 g; Tłuszcz: 64.43 g; Węglowodany ogółem: 402.04 g; Sól: 2.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.66 g; suma cukrów prostych: 131.82 g; Błonnik pokarmowy: 30.61 g;

## Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2025-09-27</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), ogórek kiszony 100g, rukola 5g.	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Sos myśliwski 100g (1),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), herbata z cukrem 250ml*, szynka krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Grejfrut 1/2 szt ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2693.32 kcal; Białko ogółem: 90.98 g; Tłuszcz: 101.07 g; Węglowodany ogółem: 365.58 g; Sól: 6.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.43 g; suma cukrów prostych: 81.09 g; Błonnik pokarmowy: 30.39 g;

<b>sobota 2025-09-27</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*.	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), herbata z cukrem 250ml*, szynka konserwowa 50g (8), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2661.48 kcal; Białko ogółem: 87.12 g; Tłuszcz: 104.96 g; Węglowodany ogółem: 350.30 g; Sól: 4.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.07 g; suma cukrów prostych: 72.02 g; Błonnik pokarmowy: 27.23 g;

<b>sobota 2025-09-27</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki b/soli 200g m, Szpinak gotowany 120g(2),	herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2634.41 kcal; Białko ogółem: 111.49 g; Tłuszcz: 103.46 g; Węglowodany ogółem: 316.04 g; Sól: 2.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.54 g; suma cukrów prostych: 74.29 g; Błonnik pokarmowy: 24.52 g;

<b>sobota 2025-09-27</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*,	herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2436.92 kcal; Białko ogółem: 101.50 g; Tłuszcz: 82.40 g; Węglowodany ogółem: 330.87 g; Sól: 3.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.59 g; suma cukrów prostych: 68.52 g; Błonnik pokarmowy: 25.42 g;

<b>sobota 2025-09-27</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), papryka św. 100g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*,	herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, roszonek 5g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2533.82 kcal; Białko ogółem: 100.16 g; Tłuszcz: 89.70 g; Węglowodany ogółem: 335.59 g; Sól: 2.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.87 g; suma cukrów prostych: 70.24 g; Błonnik pokarmowy: 27.92 g;

<b>sobota 2025-09-27</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
herbata 250g ~, Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g* (1,3), Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), roszonek 5g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2791.18 kcal; Białko ogółem: 113.01 g; Tłuszcz: 105.33 g; Węglowodany ogółem: 355.71 g; Sól: 5.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.75 g; suma cukrów prostych: 80.98 g; Błonnik pokarmowy: 26.79 g;

<b>sobota 2025-09-27</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa 350ml(8,13), ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2), Masło 10g(2),	herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Marchew gotowana 150g*(1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,

## Jadłospisy dla oddziałów

		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),
--	--	---

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2229.23 kcal; Białko ogółem: 92.59 g; Tłuszcz: 79.37 g; Węglowodany ogółem: 291.73 g; Sól: 1.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.50 g; suma cukrów prostych: 75.54 g; Błonnik pokarmowy: 23.22 g;

sobota 2025-09-27 <b>Jadłospis dla diety: Płynna XIII</b>		
herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa 350ml(8,13), ziemniaki 250g, Marchew gotowana 150g*(1,2), Szpinak gotowany 120g(2), Masło 15g*(2),	herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml*(1,2,3),
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2115.03 kcal; Białko ogółem: 80.40 g; Tłuszcz: 87.59 g; Węglowodany ogółem: 248.20 g; Sól: 1.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.57 g; suma cukrów prostych: 102.33 g; Błonnik pokarmowy: 17.41 g;

sobota 2025-09-27 <b>Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII</b>		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Mus warzywno-owocowy 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ryżowa 350ml(8,13), ziemniaki 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8),
		<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2162.03 kcal; Białko ogółem: 95.38 g; Tłuszcz: 61.78 g; Węglowodany ogółem: 307.91 g; Sól: 3.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.78 g; suma cukrów prostych: 67.95 g; Błonnik pokarmowy: 22.45 g;

sobota 2025-09-27 <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI</b>		
Herbata bez cukru 250g, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), ogórek kiszony 100g, rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, pomarańcza 1 szt, Ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , Chleb razowy 90g (3 kromki) (1),
<b>II Śniadanie:</b> Wafle ryżowe 20g(8),	<b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2364.87 kcal; Białko ogółem: 80.00 g; Tłuszcz: 87.34 g; Węglowodany ogółem: 327.55 g; Sól: 6.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.43 g; suma cukrów prostych: 38.85 g; Błonnik pokarmowy: 35.72 g;

sobota 2025-09-27 <b>Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), twarożek 70g (2), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i pestkami dyni 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Pulpet parowany 80g z mięsa drobiowego* (1,3), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka 100g, roszponka 5g
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2553.01 kcal; Białko ogółem: 96.72 g; Tłuszcz: 84.30 g; Węglowodany ogółem: 364.62 g; Sól: 3.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.58 g; suma cukrów prostych: 63.99 g; Błonnik pokarmowy: 36.37 g;

sobota 2025-09-27 <b>Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL</b>		
herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i pestkami dyni 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Jajko sadzone 1szt*(3), Marchew gotowana 100g, Ziemniaki 200g*,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2053.69 kcal; Białko ogółem: 75.77 g; Tłuszcz: 70.18 g; Węglowodany ogółem: 281.08 g; Sól: 3.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.42 g; suma cukrów prostych: 65.75 g; Błonnik pokarmowy: 26.81 g;

sobota 2025-09-27 <b>Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM</b>		
herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., szynka piastowska 50g(8), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i pestkami dyni 100g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Ziemniaczana b/ml.350ml.(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Ziemniaki 200g*,	herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., rzodkiewka 100g, szynka konserwowa 50g (8), roszponka 5g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2200.24 kcal; Białko ogółem: 78.98 g; Tłuszcz: 69.11 g; Węglowodany ogółem: 326.78 g; Sól: 4.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.61 g; suma cukrów prostych: 53.43 g; Błonnik pokarmowy: 29.43 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-09-27			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , twarożek 70g (2), Sałatka z pomidorem,sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g* (1,3), Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*,	herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , rzodkiewka 100g, szynka konserwowa 50g (8), rozspanka 5g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),			
Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2365.83 kcal; Białko ogółem: 93.48 g; Tłuszcz: 70.33 g; Węglowodany ogółem: 347.70 g; Sól: 3.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.29 g; suma cukrów prostych: 73.54 g; Błonnik pokarmowy: 26.73 g;

sobota 2025-09-27			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Sałatka z pomidorem,sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Jajko sadzone 1szt*(3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*,	herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ser żółty 60g (2), rzodkiewka 100g, rozspanka 5g ,			
Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2667.51 kcal; Białko ogółem: 104.46 g; Tłuszcz: 97.87 g; Węglowodany ogółem: 344.22 g; Sól: 3.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.49 g; suma cukrów prostych: 78.59 g; Błonnik pokarmowy: 25.98 g;

sobota 2025-09-27			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka50g(1), chleb pszen-żytni35g (1 kromka) (1), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , szynka piastowska 50g(8), ogórek kiszony 100g, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Pulpet parowany 80g* (1,3), surówka meksykańska 120g (3,11,13), pomarańcza 1 szt, Ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka talarki 100g, rozspanka 5g ,			
II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(8),	Podwieczorek: jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*,			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2288.97 kcal; Białko ogółem: 83.40 g; Tłuszcz: 62.02 g; Węglowodany ogółem: 358.45 g; Sól: 5.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.01 g; suma cukrów prostych: 64.55 g; Błonnik pokarmowy: 28.06 g;

sobota 2025-09-27			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
herbata 250g ~, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Sałatka z pomidorem,sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g z mięsa drobiowego* (1,3), pomarańcza 1 szt, Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rozspanka 5g ,			
		Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*,			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2978.78 kcal; Białko ogółem: 113.92 g; Tłuszcz: 121.44 g; Węglowodany ogółem: 354.32 g; Sól: 5.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.79 g; suma cukrów prostych: 78.74 g; Błonnik pokarmowy: 26.79 g;

sobota 2025-09-27			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), ogórek zielony talarki 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g* (1,3), mandarynka 1 szt., Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*,	herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, ser żółty 60g (2), rozspanka 5g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),			
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2450.04 kcal; Białko ogółem: 96.57 g; Tłuszcz: 81.34 g; Węglowodany ogółem: 340.14 g; Sól: 3.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.92 g; suma cukrów prostych: 68.70 g; Błonnik pokarmowy: 24.86 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2025-09-28</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), szynka piastowska 50g(8), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), Ziemniaki 200g*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, paprykarz 70g (4,8), Masło 15g*(2), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2646.17 kcal; Białko ogółem: 112.09 g; Tłuszcz: 100.91 g; Węglowodany ogółem: 332.81 g; Sól: 4.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.32 g; suma cukrów prostych: 101.42 g; Błonnik pokarmowy: 26.24 g;

<b>niedziela 2025-09-28</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Masło 20g* (2), Twaróg z rzodkiewką z koperkiem 170g (2)*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rozspanka 5g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*	Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2425.83 kcal; Białko ogółem: 116.61 g; Tłuszcz: 77.96 g; Węglowodany ogółem: 324.87 g; Sól: 2.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.21 g; suma cukrów prostych: 95.55 g; Błonnik pokarmowy: 27.88 g;

<b>niedziela 2025-09-28</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, rozspanka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	rosół z makaronem 400ml b/soli, Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki b/soli 200g m, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2267.67 kcal; Białko ogółem: 106.11 g; Tłuszcz: 72.22 g; Węglowodany ogółem: 309.17 g; Sól: 2.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.64 g; suma cukrów prostych: 98.74 g; Błonnik pokarmowy: 28.94 g;

<b>niedziela 2025-09-28</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, rozspanka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2324.67 kcal; Białko ogółem: 106.13 g; Tłuszcz: 71.63 g; Węglowodany ogółem: 324.25 g; Sól: 2.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.36 g; suma cukrów prostych: 95.05 g; Błonnik pokarmowy: 27.82 g;

<b>niedziela 2025-09-28</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), ogórek zielony talarki 100g, rozspanka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2422.57 kcal; Białko ogółem: 98.22 g; Tłuszcz: 75.48 g; Węglowodany ogółem: 348.24 g; Sól: 2.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.15 g; suma cukrów prostych: 96.09 g; Błonnik pokarmowy: 28.07 g;

<b>niedziela 2025-09-28</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, szynka piastowska 50g(8), rozspanka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Udko gotowane 1szt 200g, Kompot z owoców mroż. 250ml*	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2410.47 kcal; Białko ogółem: 123.07 g; Tłuszcz: 70.95 g; Węglowodany ogółem: 324.71 g; Sól: 2.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.14 g; suma cukrów prostych: 94.93 g; Błonnik pokarmowy: 27.82 g;

<b>niedziela 2025-09-28</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Płatki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml* (1,2,3),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*

## Jadłospisy dla oddziałów

		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*,
--	--	--

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2384.29 kcal; Białko ogółem: 110.51 g; Tłuszcz: 86.99 g; Węglowodany ogółem: 298.40 g; Sól: 2.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.99 g; suma cukrów prostych: 94.17 g; Błonnik pokarmowy: 26.31 g;

niedziela 2025-09-28 <b>Jadłospis dla diety: Płynna XIII</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Płatki jęczmieńne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2243.85 kcal; Białko ogółem: 88.07 g; Tłuszcz: 88.14 g; Węglowodany ogółem: 271.90 g; Sól: 2.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.53 g; suma cukrów prostych: 118.17 g; Błonnik pokarmowy: 16.75 g;

niedziela 2025-09-28 <b>Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), Mus warzywno-owocowy 100g*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Jarzynka gotowana 100g* (1,2,13), Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1971.30 kcal; Białko ogółem: 77.54 g; Tłuszcz: 62.80 g; Węglowodany ogółem: 277.16 g; Sól: 2.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.02 g; suma cukrów prostych: 69.34 g; Błonnik pokarmowy: 22.97 g;

niedziela 2025-09-28 <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI</b>		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i pestkami dyni 100g*, szynka piastowska 50g(8),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. ,	paprykarz 70g (4,8), Masło 15g*(2), ogórek konserwowy 100g*, Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*,	<b>Podwieczorek:</b> sok pomidorowy 150ml,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2397.72 kcal; Białko ogółem: 101.34 g; Tłuszcz: 94.40 g; Węglowodany ogółem: 296.37 g; Sól: 4.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.09 g; suma cukrów prostych: 70.83 g; Błonnik pokarmowy: 36.48 g;

niedziela 2025-09-28 <b>Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), papryka św. 100g , szynka piastowska 50g(8), rosponka 5g , rzodkiewka talarki 100g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2087.73 kcal; Białko ogółem: 99.71 g; Tłuszcz: 67.48 g; Węglowodany ogółem: 284.30 g; Sól: 2.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.55 g; suma cukrów prostych: 58.13 g; Błonnik pokarmowy: 34.99 g;

niedziela 2025-09-28 <b>Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), Ser żółty 50g(2), rzodkiewka talarki 100g, rosponka 5g , Mus warzywno-owocowy 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2),, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2325.77 kcal; Białko ogółem: 98.68 g; Tłuszcz: 82.50 g; Węglowodany ogółem: 305.24 g; Sól: 2.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.81 g; suma cukrów prostych: 88.54 g; Błonnik pokarmowy: 28.54 g;

niedziela 2025-09-28 <b>Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., rzodkiewka talarki 100g, szynka piastowska 50g(8), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rosponka 5g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	miód 1 szt.(25g), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., pomidor 100g, rukola 5g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2209.07 kcal; Białko ogółem: 74.72 g; Tłuszcz: 49.91 g; Węglowodany ogółem: 375.23 g; Sól: 2.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.92 g; suma cukrów prostych: 91.46 g; Błonnik pokarmowy: 37.03 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-09-28		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), margaryna roślinna lactima 10g , rzodkiewka talarki 100g, szynka piastowska 50g(8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	twaróg krajanka 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , pomidor 100g, rukola 5g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2302.67 kcal; Białko ogółem: 116.07 g; Tłuszcz: 64.88 g; Węglowodany ogółem: 324.01 g; Sól: 2.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.94 g; suma cukrów prostych: 94.84 g; Błonnik pokarmowy: 27.82 g;

niedziela 2025-09-28		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), dżem 50g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), miód 2szt. (50g), serek homo.nat. 1 szt. 120g (2),
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2738.42 kcal; Białko ogółem: 106.75 g; Tłuszcz: 69.53 g; Węglowodany ogółem: 431.42 g; Sól: 2.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.03 g; suma cukrów prostych: 174.67 g; Błonnik pokarmowy: 26.62 g;

niedziela 2025-09-28		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka50g(1), chleb pszen-żytni35g (1 kromka) (1), szynka piastowska 50g(8), Sałatka z pomidorem,sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. ,	Herbata z cukrem 250ml*, paprykarz 70g (4,8), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ogórek konserwowy 100g*, Masło 15g*(2), rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*,	<b>Podwieczorek:</b> sok pomidorowy 150ml,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2515.77 kcal; Białko ogółem: 104.77 g; Tłuszcz: 87.73 g; Węglowodany ogółem: 335.49 g; Sól: 5.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.96 g; suma cukrów prostych: 100.04 g; Błonnik pokarmowy: 32.25 g;

niedziela 2025-09-28		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, szynka piastowska 50g(8), roszponka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Udko gotowane 1szt 200g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2631.47 kcal; Białko ogółem: 116.35 g; Tłuszcz: 96.80 g; Węglowodany ogółem: 323.00 g; Sól: 3.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.89 g; suma cukrów prostych: 92.88 g; Błonnik pokarmowy: 27.82 g;

niedziela 2025-09-28		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), kiwi 1szt., dżem 50g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2382.02 kcal; Białko ogółem: 104.19 g; Tłuszcz: 74.85 g; Węglowodany ogółem: 334.40 g; Sól: 3.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.86 g; suma cukrów prostych: 100.10 g; Błonnik pokarmowy: 29.48 g;

Dietetyk

.....